

**PENERAPAN TERAPI *PURSED LIPS BREATHING* (PLB) DENGAN AROMATERAPI
PEPPERMINT UNTUK MENINGKATKAN POLA NAFAS PADA ANGGOTA
KELUARGA YANG MENGALAMI MASALAH POLA NAFAS TIDAK
EFEKTIF DENGAN DIAGNOSA MEDIS PNEUMONIA DI
WILAYAH PUSKESMAS SUKORAME KOTA KEDIRI
(STUDI KASUS)**

TUGAS AKHIR

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep.)
Pada Program Studi D-III Keperawatan



Oleh:

ALFINA AYU KURNIA SARI

NPM: 2225050015

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir Oleh:

ALFINA AYU KURNIA SARI

NPM: 2225050015

Judul

**PENERAPAN TERAPI *PURSED LIPS BREATHING* (PLB) DENGAN AROMATERAPI
PEPPERMINT UNTUK MENINGKATKAN POLA NAFAS PADA ANGGOTA
KELUARGA YANG MENGALAMI MASALAH POLA NAFAS TIDAK
EFEKTIF DENGAN DIAGNOSA MEDIS PNEUMONIA DI
WILAYAH PUSKESMAS SUKORAME KOTA KEDIRI
(STUDI KASUS)**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian Tugas Akhir Jurusan Program Studi
D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal: 09 Juli 2025

Pembimbing 1



Dhian Ika Prihananto, S.KM.M.KM.
NIDN. 0701127806

Pembimbing II



Norma Risnasari, S.Kep.,Ns.M.Kes.
NIDN. 0708088001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Oleh:

ALFINA AYU KURNIA SARI

NPM: 2225050015

Judul

**PENERAPAN TERAPI *PURSED LIPS BREATHING* (PLB) DENGAN AROMATERAPI
PEPPERMINT UNTUK MENINGKATKAN POLA NAFAS PADA ANGGOTA
KELUARGA YANG MENGALAMI MASALAH POLA NAFAS TIDAK
EFEKTIF DENGAN DIAGNOSA MEDIS PNEUMONIA DI
WILAYAH PUSKESMAS SUKORAME KOTA KEDIRI
(STUDI KASUS)**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Tugas akhir
Program Studi D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri
Pada tanggal: 09 Juli 2025

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji

1. Ketua : Dhian Ika Prihananto, S.KM.M.KM.



2. Penguji I : Muhammad Mudzakkir, M.Kep.



3. Penguji II : Norma Risnasari, S.Kep.,Ns.M.Kes.



Mengetahui,
Dekan FIKS



Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or
NIDN. 0703098802

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

N a m a : Alfina Ayu Kurnia Sari
Jenis kelamin : Perempuan
Tempat, tanggal lahir : Kediri, 17 Maret 2005
NPM : 2225050015
Fak/Prodi : Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains / Program Studi
D-III Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa tugas akhir ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar diploma di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 09 Juli 2025

Yang menyatakan,



Alfina Ayu Kurnia Sari
NPM. 2225050015

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

1. “Konsistenlah dalam beribadah, Allah akan memudahkan segala urusanmu”
2. Dan tidak ada kesuksesan bagiku melainkan atas pertolongan Allah (Q.S. Hud: 88)
“Di toto ati ben urep mukti, di toto ilat ben ora kuwalat
Di toto roso ben ora ciloko, di toto polah ben ora salah”
(Gus Ellham Yahya Lq)

PERSEMBAHAN

Laporan Tugas Akhir ini saya persembahkan :

1. Kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran hingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan tepat waktu.
2. Kepada cinta pertama dan sosok yang sangat menginspirasi saya yaitu Bapak Sariyo tercinta. Terima kasih atas setiap tetes keringat yang telah tcurahkan dalam setiap langkah Ketika mengemban tanggung jawab sebagai seorang kepala keluarga untuk mencari nafkah, yang tiada hentinya memberikan motivasi, perhatian, kasih sayang serta dukungan dari segi finansial sehingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir hingga mendapat gelar Ahli Madya Keperawatan. Terima kasih bapak, gadis kecilmu sudah tumbuh besar dan siap melanjutkan mimpi yang lebih tinggi lagi.
3. Kepada pintu surgaku dan sosok yang saya jadikan panutan yaitu Ibunda Mariyati Al Putri Dewi Nuryati tercinta. Terima kasih atas setiap semangat, ridho, perhatian, kasih sayang dan doa yang selalu terselip disetiap sholatnya demi keberhasilan gadis kecilmu dalam mengenyam pendidikan. Terima kasih ibu, atas berkat dan ridhomu ternyata anak pertama perempuan yang selama ini bahunya harus setegar karang di lautan dan menjadi harapan terbesar, saat ini telah mampu mendapat gelar Ahli Madya Keperawatan.
4. Kepada adik laki-laki saya satu-satunya yaitu Mohammad Ferdi Nurcahyo yang selalu merepotkan kakaknya. Terima kasih atas segala doa, usaha dan support yang telah diberikan kepada saya dalam proses penulisan tugas akhir ini. Tumbuhlah menjadi versi paling hebat adikku.
5. Kepada seseorang yang telah membangkitkan semangat saya untuk menyelesaikan tugas akhir ini dan menjadi bagian dari perjalanan hidup saya. Berkontribusi banyak dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, baik tenaga, waktu, maupun materi kepada saya. Telah menjadi rumah, pendamping dalam segala hal yang menemani, mendukung ataupun

menghibur dalam kesedihan, mendengar keluhan kesah, memberi semangat untuk pantang menyerah. Semoga Allah SWT selalu memberi keberkahan dalam hal yang kita lalui.

6. Dan terakhir kepada perempuan yang sederhana namun terkadang sangat sulit dimengerti isi kepalanya, sang penulis tugas akhir ini yaitu diri saya sendiri Alfina Ayu Kurnia Sari. Seorang anak pertama perempuan usia 20 tahun yang keras kepala namun terkadang sifatnya seperti anak kecil pada umumnya. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini melewati banyaknya rintangan hidup. Terima kasih Alfina, kamu hebat bisa menyusun tugas akhir ini dengan baik, sukses dan berbahagialah selalu. Amiin...

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa senantiasa, yang telah melimpahkan rahmat dan anugerah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Penyusunan tugas akhir ini tidak lepas dari standart ilmu pengetahuan dan logika serta prinsip-prinsip ilmiah yang tidak lepas dari bantuan yang telah diberikan dari berbagai pihak, maka peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya, kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd selaku Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan motivasi kepada mahasiswa.
2. Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or selaku Dekan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri yang selalu memberikan motivasi kepada mahasiswa.
3. Endah Tri Wijayanti, M.Kep., Ns. selaku Ka. Prodi DIII Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri yang selalu memberikan motivasi kepada mahasiswa.
4. Dhian Ika Prihananto, S.KM, M.KM selaku dosen pembimbing pertama yang penuh perhatian dalam memberikan bimbingan guna untuk menyusun karya tulis ilmiah ini.
5. Norma Risnasari, S.Kep. Ns., M.Kes selaku pembimbing kedua yang penuh perhatian dalam memberikan bimbingan guna untuk menyusun karya tulis ilmiah ini
6. dr. Muhammad Fajri Mubasysyir, MH (Kes) selaku Kepala Dinas Kesehatan Kota Kediri yang telah memberikan izin penelitian.
7. dr. Melda Nisrina Arista Mawarty selaku Kepala Puskesmas Sukorame Kota Kediri yang telah mengizinkan saya melakukan penelitian guna untuk menyusun karya tulis ilmiah ini.
8. Responden yang telah bersedia menjadi bagian dalam penelitian ini, berkatnya

penelitian ini berjalan dengan lancar.

Peneliti sepenuhnya menyadari bahwa tugas akhir ini ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu peneliti mengharap saran dan kritik yang sifatnya membangun sebagai masukan dalam perbaikan tugas akhir ini. Akhirnya peneliti berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semua. Amin

Kediri, 09 Juli 2025



ALFINA AYU KURNIA SARI
NPM: 2225050015

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	xv
ABSTRACT.....	xvi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat.....	5
1. Bagi Pasien.....	5
2. Bagi Keluarga Pasien	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Pneumonia	6
1. Definisi	6
2. Etiologi.....	6
3. Patofisiologi	7
4. Pathways.....	9
5. Tanda dan Gejala.....	10
6. Penatalaksanaan	11
7. Komplikasi	13
8. Pemeriksaan Penunjang.....	13
B. Konsep Pola Nafas Tidak Efektif	14
1. Definisi	14
2. Penyebab	14

3. Gejala dan Tanda Mayor	15
4. Kondisi Klinis Terkait	15
5. Skala Ukur Pola Napas	16
6. Penatalaksanaan Pola Napas Tidak Efektif	16
C. Terapi <i>Pursed Lips Breathing</i>	17
1. Definisi	17
2. Tujuan	18
3. Manfaat	18
4. Keunggulan	18
5. SOP Teknik <i>Pursed Lips Breathing</i> (PLB) dengan aromaterapi peppermint	19
D. Aromaterapi Peppermint	21
1. Pengertian	21
2. Kandungan	22
3. Manfaat	22
4. Mekanisme Kerja	22
E. Konsep Keluarga	23
1. Definisi	23
2. Tugas Keluarga	23
3. Tipe-tipe Keluarga	24
4. Karakteristik Keluarga	27
5. Fungsi Dasar Keluarga	27
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Desain Penelitian	30
B. Subjek Penelitian	30
C. Fokus Studi	30
D. Definisi Operasional	31
E. Lokasi & Waktu Penelitian	31
F. Instrumen Penelitian	32
G. Pengumpulan Data	32
1. Metode Pengumpulan Data	32
2. Langkah Pengumpulan Data	33
H. Analisis Data	33
I. Penyajian Data	34
J. Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil Penelitian	35
1. Gambaran Lokasi Penelitian	35

2. Gambaran Subyek Studi Kasus	35
3. Pemaparan Fokus Studi Kasus	36
B. Pembahasan	39
C. Keterbatasan Penelitian	42
BAB V PENUTUP.....	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran	44
1. Bagi Pasien.....	44
2. Bagi Keluarga Pasien	44
3. Bagi Perawat	44
4. Bagi Institusi Pendidikan	44
5. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian.....	31
Tabel 4.1 Hasil Pola Napas Sebelum Dilakukan Penerapan Terapi PLB Dengan Aromaterapi Peppermint.....	36
Tabel 4.2 Hasil Pola Napas Setelah Dilakukan Penerapan Terapi PLB Dengan Aromaterapi Peppermint.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Pathway Pneumonia.....	9
Gambar 2.1 <i>Pursed Lips Breathing</i>	20
Gambar 4.1 Diagram Hasil Pola Napas Sebelum Dilakukan Penerapan Terapi PLB Dengan Aromaterapi Peppermint.....	37
Gambar 4.2 Diagram Hasil Pola Napas Setelah Dilakukan Penerapan Terapi PLB Dengan Aromaterapi Peppermint.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Universitas.....	49
Lampiran 2 Surat Izin Puskesmas.....	50
Lampiran 3 Lembar Persetujuan.....	51
Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur.....	52
Lampiran 5 Lembar Observasi.....	54
Lampiran 6 Dokumentasi.....	55
Lampiran 7 Berita Acara.....	56
Lampiran 8 Lembar Bimbingan.....	57

ABSTRAK

Alfina Ayu Kurnia Sari. Penerapan Terapi *Pursed Lips Breathing* (PLB) dengan Aromaterapi Peppermint untuk Meningkatkan Pola Napas pada Anggota Keluarga yang Mengalami Pola Napas Tidak Efektif dengan Diagnosa Medis Pneumonia Di Puskesmas Sukorame Kota Kediri, Tugas Akhir, Prodi D-III Keperawatan, FIKS UN PGRI Kediri, 2025.

Pneumonia adalah peradangan jaringan paru-paru yang disebabkan oleh bakteri, jamur, atau virus. Gejalanya termasuk batuk, demam, nyeri dada dan sesak napas. Kombinasi *Pursed Lips Breathing* (PLB) dengan peppermint dapat membantu meredakan sesak napas.

Tujuan penelitian ini mengetahui pola napas pada anggota keluarga yang mengalami masalah pola napas tidak efektif dengan diagnosa medis Pneumonia sebelum dan setelah dilakukan terapi PLB dengan aromaterapi peppermint.

Metode penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subyek dalam penelitian ini adalah 2 responden yang mengalami pola napas tidak efektif dengan diagnosa medis pneumonia. Observasi *respiratory rate* (RR) pada kedua responden menggunakan jam tangan atau stopwatch untuk mengetahui frekuensi pola napas selama 1 menit sebelum dan setelah dilakukan terapi.

Hasil penelitian terdapat perubahan pola napas antara sebelum dan setelah dilakukan terapi PLB dengan aromaterapi peppermint yakni An.D 30x/menit turun menjadi 24x/menit, maka terdapat perubahan RR sebesar 6x/menit. Sedangkan pada An.R dari 31x/menit menjadi 25x/menit, maka terdapat perubahan RR juga sebesar 6x/menit. Penelitian menunjukkan terdapat perbedaan frekuensi pola napas kedua responden sebelum dan setelah dilakukan terapi PLB dengan aromaterapi peppermint.

Penelitian menunjukkan terdapat perbedaan frekuensi pola napas kedua responden sebelum dan setelah dilakukan terapi PLB dengan aromaterapi peppermint. Teknik ini dapat menurunkan pola napas tidak efektif pada penderita pneumonia.

Rekomendasi perlu konsistensi saat menerapkan terapi ini guna memperbaiki pola napas tidak efektif pada penderita pneumonia.

Kata Kunci: Terapi *Pursed Lips Breathing* (PLB), Aromaterapi Peppermint, Pola Napas Tidak Efektif, Pneumonia

ABSTRACT

Alfina Ayu Kurnia Sari. *Application of Pursed Lips Breathing (PLB) Therapy with Peppermint Aromatherapy to Improve Breathing Patterns in Family Members Experience Ineffective Breathing Patterns with Medical Diagnosis of Pneumonia at Sukorame Health Center, Kediri City, Final Project, D-III Nursing Study Program, FIKS UN PGRI Kediri, 2025.*

Pneumonia is an inflammation of the lung tissue caused by bacteria, fungi, or viruses. Symptoms include coughing, fever, chest pain, and shortness of breath. The combination of Pursed Lips Breathing (PLB) with peppermint can help relieve shortness of breath.

This research method is descriptive with a case study approach. The subjects in this study were 2 respondents who experienced ineffective breathing patterns with a medical diagnosis of pneumonia. Observation of the respiratory rate (RR) in both respondents used a watch or stopwatch to determine the frequency of breathing patterns for 1 minute before and after therapy.

The results of the study showed changes in breathing patterns between before and after PLB therapy with peppermint aromatherapy, namely An. D of 30x/minute decreased to 24x/minute, so there was a change in RR of 6x/minute. While in An. R from 31x/minute to 25x/minute, there was also a change in RR of 6x/minute.

Research shows that there are differences in the frequency of breathing patterns of the two respondents before and after PLB therapy with peppermint aromatherapy. This technique can reduce ineffective breathing patterns in pneumonia sufferers.

Recommendations require consistency when applying this therapy to improve ineffective breathing patterns in pneumonia sufferers.

Keywords: *Pursed Lips Breathing (PLB) Therapy, Peppermint Aromatherapy, Ineffective Breathing Pattern, Pneumonia*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pneumonia merupakan peradangan akut pada jaringan paru yang disebabkan mikroorganisme yaitu bakteri, jamur, atau virus. Dalam keadaan ini, infeksi mengakibatkan inflamasi di alveoli pada paru. Hal ini alveoli terisi cairan atau nanah, yang kemudian menyulitkan orang untuk bernapas dengan normal. Pneumonia bisa menyebabkan gejala seperti batuk tidak berdahak, batuk berdahak yang berwarna kuning atau hijau, serta batuk yang disertai darah, demam, nyeri di dada, sesak nafas, mual, muntah, kelelahan, nyeri pada otot dan sendi serta sakit kepala (Kemenkes RI, 2023). Untuk mengurangi gejala tersebut, beberapa terapi dapat dilakukan, seperti terapi *Pursed Lips Breathing* (PLB) yaitu teknik latihan pernapasan di mana seseorang menghirup udara secara normal dengan mulut dalam posisi yang menyerupai saat bersiul (Supardi et al., 2023). Selain itu, terapi relaksasi menggunakan aromaterapi dapat membantu mengurangi sesak napas, seperti aromaterapi peppermint (*mentha piperita*) yang mengandung menthol, yang dapat melegakan hidung dan memudahkan pernapasan (Amelia et al., 2018). Dengan demikian, kombinasi terapi pernapasan PLB dengan aromaterapi peppermint dapat membantu mengurangi gejala pneumonia dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

Menurut *United Nations Children's Fund* (UNICEF, 2024) pneumonia merupakan penyebab kematian terbesar bagi anak-anak akibat penyakit menular, dengan lebih 700.000 anak di bawah usia 5 tahun meninggal setiap tahun, atau sekitar 2.000 anak tiap harinya. Setiap tahunnya, diperkirakan ada 450 juta orang yang mengalami pneumonia, dengan total kasus di dunia mencapai 9,2 juta kasus. Dari angka

kematian yang disebabkan oleh pneumonia secara global mencapai 6,3 juta, dan 92% terjadi pada wilayah Asia dan Afrika (WHO, 2020). Berdasarkan *Survei Kesehatan Indonesia* (SKI, 2023), prevelensi pneumonia di Indonesia yaitu 10,8%, dengan Jawa Timur menduduki posisi kedua dalam jumlah penderita 7,6%. Prevalensi pneumonia di Jawa Timur adalah 1,3%, di Kota Kediri terjadi penurunan prevalensi dari tahun 2013 hingga 2018 menjadi 0,8 % (Risikesdas, 2018). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Kediri di tahun 2021 penderita pneumonia di wilayah kerja Puskesmas Mrican sebanyak 87 orang, Puskesmas Campurejo sebanyak 118 orang, Puskesmas Sukorame sebanyak 164 orang, Puskesmas Kota Wilayah Utara sebanyak 10 orang, Puskesmas Kota Wilayah Selatan sebanyak 12 orang, Puskesmas Balowerti sebanyak 62 orang, Puskesmas Pesantren I sebanyak 35 orang, Puskesmas Pesantren II sebanyak 102 orang, dan Puskesmas Ngletih sebanyak 15 orang. Pada tahun 2022 dan 2023 di Puskesmas Sukorame terdapat penderita pneumonia tertinggi dengan jumlah penderita yaitu sebanyak 163 orang ditahun 2022 dan 216 orang ditahun 2023 (Tim Riset Data Dinas Kesehatan Kota Kediri, 2024).

Pneumonia terjadi akibat berbagai jenis mikroorganisme, seperti virus, bakteri, dan jamur. Ketika mikroorganisme memasuki sistem pernapasan bagian bawah, mereka dapat mengganggu fungsi normal saluran pernapasan, menghambat pertukaran oksigen yang normal, dan mengubah pola pernapasan. Akibatnya paru-paru dapat terisi cairan atau nanah karena infeksi dan menghambat proses pertukaran udara, yang kemudian memicu peningkatan frekuensi nafas untuk mengkompensasi kondisi tersebut. Secara klinis, kondisi ini dapat terlihat sebagai takipnea, dyspnea, dan sesak napas. Selain itu, penurunan kadar oksigen serta peningkatan karbon dioksida yang disebabkan oleh inflamasi pada alveoli serta masalah ventilasi dapat mengakibatkan pola pernapasan yang tidak efektif (Gelok & Mukin, 2024). Keadaan ini dapat meningkatkan risiko

terjadinya kegagalan fungsi organ tubuh, yang sering kali ditandai dengan abses paru yang mengandung nanah. Selain itu, jika peradangan tidak ditangani dengan cepat, dapat terjadi pembentukan cairan inflamasi yang akan mengumpul di lapisan pelindung paru-paru (Kemenkes RI, 2023).

Upaya pencegahan dan pengurangan gejala pada penderita pneumonia dapat dilakukan melalui pengobatan farmakologis yang bersifat jangka panjang. Penatalaksanaan untuk pola napas tidak efektif dapat dilakukan dengan memberikan oksigen, menggunakan bronkodilator, serta memberikan kortikosteroid untuk menekan inflamasi dan mencegah terjadinya kekambuhan. Terdapat juga pengobatan non-farmakologis yang dapat dilakukan baik oleh tenaga kesehatan maupun oleh penderita sendiri. Pengobatan non-farmakologis ini melibatkan edukasi dan latihan yang diberikan oleh tenaga kesehatan seperti perawat. Dengan pendekatan ini, penderita pneumonia dapat memperoleh perawatan yang komprehensif untuk mengelola kondisinya dengan lebih baik (Qamila et al., 2019). Jenis terapi non-farmakologis yang diberikan kepada pasien pneumonia yaitu terapi PLB dengan kombinasi aromaterapi peppermint. Terapi PLB dapat membantu meningkatkan ventilasi paru dan oksigenasi. Sedangkan peppermint mengandung menthol sebagai komponen utama, yang berfungsi sebagai zat anti-inflamasi dan antibakteri. Sebagai hasilnya, menthol dapat membantu memperlancar saluran pernapasan dengan merelaksasi saluran bronkus dan mendukung proses penyembuhan infeksi yang disebabkan oleh bakteri. Maka dari itu, terapi PLB dan penggunaan aromaterapi peppermint dapat membantu menyembuhkan infeksi yang disebabkan oleh serangan bakteri dan juga membantu dalam melonggarkan bronkus untuk meningkatkan kelancaran pernapasan (Rosuliana et al., 2024).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan Terapi *Pursed Lips Breathing* (PLB) dengan Aromaterapi Peppermint

untuk Meningkatkan Pola Napas pada Anggota Keluarga yang Mengalami Pola Napas Tidak Efektif dengan Diagnosa Medis Pneumonia di Wilayah Puskesmas Sukorame Kota Kediri”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Perubahan Pola Napas pada anggota keluarga yang mengalami masalah Pola Napas Tidak Efektif dengan diagnosa Pneumonia sebelum dan setelah dilakukan Terapi *Pursed Lips Breathing* (PLB) dengan aromaterapi peppermint?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pola Napas pada anggota keluarga yang mengalami masalah pola napas tidak efektif dengan diagnosa medis Pneumonia sebelum dan setelah dilakukan Terapi *Pursed Lips Breathing* (PLB) dengan aromaterapi peppermint.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pola napas pada anggota keluarga yang mengalami masalah pola napas tidak efektif dengan diagnosa medis Pneumonia sebelum dilakukan Terapi *Pursed Lips Breathing* (PLB) dengan aromaterapi peppermint.
- b. Mengidentifikasi pola napas pada anggota keluarga yang mengalami masalah pola napas tidak efektif dengan diagnosa medis Pneumonia setelah dilakukan Terapi *Pursed Lips Breathing* (PLB) dengan aromaterapi peppermint.

D. Manfaat

1. Bagi Pasien

Hasil dari penulisan karya tulis ilmiah ini bisa digunakan sebagai referensi atau landasan bagi perawat dalam memberikan Tindakan untuk mengatasi atau mengurangi gejala pneumonia.

2. Bagi Keluarga Pasien

Hasil dari penulisan karya tulis ilmiah ini bisa digunakan sebagai referensi atau landasan untuk anggota keluarga pasien dalam upaya mengatasi atau mengurangi gejala pneumonia yang dialami pasien.

3. Bagi Perawat

Mempersiapkan bagi perawat agar dapat meningkatkan keterampilannya dalam melaksanakan Terapi *Pursed Lips Breathing* (PLB) dengan aromaterapi peppermint untuk meningkatkan Pola Napas pada anggota keluarga yang mengalami Pola Napas Tidak Efektif dengan diagnosa medis Pneumonia

4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penulisan karya tulis ilmiah ini digunakan untuk rujukan dalam memperluas pengetahuan bagi mahasiswa keperawatan, khususnya mengenai keperawatan keluarga dalam mengatasi atau mengurangi gejala pneumonia.

5. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Hasil dari penulisan karya tulis ilmiah ini bisa digunakan sebagai referensi atau sumber untuk memberikan asuhan keperawatan untuk menangani atau menurunkan gejala pneumonia.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, S., Oktorina, R., & Astuti, N. (2018). *Aromaterapi Peppermint Terhadap Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Bersihan Jalan Nafas Anak Dengan Bronkopneumonia. REAL in Nursing Journal*, 1(2), 77-83. <https://doi.org/10.32883/rnj.v1i2.266>
- Arisa, N., Maryatun, & Azizah, L. M. (2023). *Penerapan Terapi Pursed Lips Breathing Terhadap Status Oksigenasi Pada Anak Dengan Pneumonia Di Rsud Dr Moewardi Surakarta. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(8), 142–150.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam angka* <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
- Dalimunthe, W. K. (2020). *Pengaruh Latihan Pursed Lips Breathing terhadap Perubahan Respiratory Rate Pasien Pneumonia di RSUD Kota Padangsidempuan Tahun 2020*. (Skripsi, Univeristas Aufa Royhan, 2020) <https://repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/1274>
- Dewi, M. G. C., Hermawati, & Ratrinaningsih, S. (2023). *Penerapan Terapi Pursed Lips Breathing Terhadap Perubahan Rr (Respiratory Rate) Pasien Pneumonia. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(1), 168–177.
- Gelok, M. H. D., & Mukin, F. A. (2024). *Penerapan Purse Lips Breathing Exercise Untuk Mengatasi Pola Nafas Tidak Efektif Pada Pasien Dengan Pneumonia Di Ruang Mawarrsud Dr.T.C Hillers Maumere. Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 1223–1229.
- Kartikasari, D., Nurlaela, E., (2023). *Pursed Lips Breathing Pada Pasien Asma. Nasya Expanding Managemen*. Pekalongan: NEM
- Kementrian Kesehatan RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020. In Science as Culture* 1(4). <https://kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2020>
- Kemenkes RI. (2023). *Pneumonia*. Retrieved from <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/infeksi-pernapasan--tb/pneumonia>
- Kesuma, I., Putri, marzalia, Saputra Utama Andre, Elviani Yeni, 2023. *Keperawatan Keluarga*. Indramanyu: Adab
- LeMone, Burke, & Bauldoff, (2016). *Keperawatan Medikal Bedah, Alih bahasa*. Jakarta: EGC
- Muchtar, S. A., & Arofiati, F. (2024). *Penerapan Teknik Pursed Lip Breathing dan Aromaterapi Daun Mint pada Pasien Dyspnea di IGD RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Jurnal Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 2(2), 170-176. <https://doi.org/10.59841/an-najat.v2i2.1163>
- Muliasari, Y., & Indrawati, I. (2018). *Efektifitas Pemberian Terapi Pursed Lips Breathing Terhadap Status Oksigenasi Anak Dengan Pneumonia. NERS Jurnal Keperawatan*, 14(2), 92-95. <https://doi.org/10.25077/njk.13.2.86-95.2017>
- Mulyani, S., Muslima, E., & Yohastuti, F. (2018). *Effectiveness of Pursed Lip Breathing To Changes Respiratory Rate In The Patients With COPD In Lung Room RSUD Dr R.*

- Sosodoro Djatikoesomo Bojonegoro 2017. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan Dan Keperawatan*, 8(2), 33–38.
- Nadirawati. (2018). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Keluarga*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Nuraeni, Ade, and Rosiah (2023). *Tugas keluarga dalam pemeliharaan kesehatan dan pencegahan stunting pada balita di Subang*. *Jurnal Ilmiah Ilmu dan Teknologi Rekayasa*, 5(1), 46–51.
- Nursita, C. F., Prihananto, D. I., & Risnasari, N. (2024). *Penerapan Terapi Alternate Nostril Breathing Exercise (ANBE) Untuk Meningkatkan Pola Napas Pada Anggota Keluarga Yang Mengalami Masalah Pola Napas Tidak Efektif Dengan Diagnosa Medis Pneumonia Di Puskesmas Sukorame*. Kediri: Progam D3 Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri
- Pittara. (2025). *Pneumonia*. Alodokter. Retrieved from <https://www.alodokter.com/pneumonia>
- Puspayanti., Sri, N. L. K., (2024). *Asuhan Keperawatan Bersihan Jalan Napas Tidak Efektif Pada Anak Yang Mengalami Bronkopneumonia Dengan Terapi Pursed Lips Breathing Di Ruang Cilinaya RSD Mangusada*. (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar, 2024). Retrieved from <https://repository.poltekkes-denpasarr.ac.id/12074/>
- Qamila, B., Ulfah Azhar, M., Risnah, R., & Irwan, M. (2019). *Efektivitas Teknik Pursed Lipsbreathing Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik (Ppok): Study Systematic Review*. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 137-144. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v12i2.10180>
- Renteng, S., Simak, V.F., 2021. *Keperawatan Keluarga*. Makassar: Tohar Media.
- Riskedas. (2018). *Pneumonia*. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/3514/1/Laporan%20Riskedas%202018%20Nasional.pdf>
- Rosuliana, N. E., Hanidah, H., Keperawatan, J., & Keperawatan, J. (2024). *Peppermint Oil Balita*. *Jurnal Kesehatan Mahardika* 11(1), 22-28. <https://doi.org/10.54867/jkm.v11i1.209>
- Setianto, D., Indhit, T. U., & Ayubbana, S. (2021). *Pengaruh aromaterapi essential oil pappermint terhadap penurunan respiratory rate pada pasien tuberkulosis paru*. *Jurnal Cendikia*, 1(2), 223–230.
- Setyowati, S & Murwani, A. (2018). *Asuhan keperawatan keluarga*. Yogyakarta: Mitra Cendekia
- Siswantoro, E. (2017). *Pengaruh Aroma Terapi Daun Mint Dengan Inhalasi Sederhana Terhadap Penurunan Sesak Nafas Pada Pasien Tuberkulosis Paru*. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan Stikes Dian Husada Mojokerto*. 1(7) 49-56.
- Supardi, E., & Handayani, D. E. (2023). *Penerapan Pursed Lip Breathing Dalam Pemenuhan Kebutuhan Oksigen (Pola Napas Tidak Efektif) Pada Pasien Ppok*. *Jurnal Untirta*. 4(3), 10-18.

- Suryati, I., & Sy, D. P. I. P. (2018). *Perbedaan active cycle of breathing technique dan pursed lips breathing technique terhadap frekuensi nafas nafas pasien paru obstruksi kronik. Jurnal Medika Udayana*. 1(2), 17.
- Umami Amanda, P. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada An. A Dengan Diagnosa Medis Bronchopneumonia Dalam Pemenuhan Kebutuhan Oksigenasi Di Ruang Mawar Rumah Sakit Tk. Iv Dr. R Ismoyo Kota Kendari*, (Skripsi, Poltekkes Kemenkes Kendari, 2022). Retrieved from <https://respository.poltekkes-kdi.ac.id/2590/>
- UNICEF. (2023). *Pneumonia*. 2024. <https://data.unicef.org/topic/childhealth/pneumonia/>
- WHO. (2020). *Pneumonia*. <https://www.who.int/health-topics/pneumonia>
- Zainul, A., & Ratnawati, M. (2019). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Pneumonia Dengan Ketidakefektifan Pola Napas di Paviliun Cempaka RSUD Jombang (Nursing Care Of Patient With Pneumonia Whith Inefektiveness Respiration In Cempaka Room Of Jombang Regional Hospital)*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 1(2), 56–64.